

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 749 Kcal 23,2 Gr 5,7 AGS 24,1 Prot 106,9 HC  
Arròs amb verdures i tomàquet  
Truita francesa **3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **2**

**5** 637 Kcal 15,5 Gr 3,4 AGS 26,6 Prot 78,5 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **13**  
Filet de lluç amb patates i ceba cruixent **1-4**  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**6** 997 Kcal 39,6 Gr 8,0 AGS 38,5 Prot 111,5 HC  
Amanida de pasta **1-3T-4-8T-11T**  
Salsa rosa **3-13**  
Mandonguilles a la jardineria **13**  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**7** 850 Kcal 29,2Gr 1,7 AGS 39,1 Prot 101,3 HC  
Llenties estofades amb verdures  
Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**8** 698 Kcal 22,5 Gr 4,2 AGS 38,4 Prot 81,6 HC  
Amanida alemanya **8-11-13**  
Pit de pollastre a la planxa amb salsa  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada



**12** 842 Kcal 31,3 Gr 4,0 AGS 35,9 Prot 101,9 HC  
Pasta integral amb tomàquet **1-8T-11T**  
Salsitxes de porc a la planxa **13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **2**

**13** 651 Kcal 12,2 Gr 4,1 AGS 23,8 Prot 100,5 HC  
Mongetes seques ECO estofades  
Truita de carbassó i patata **3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**14** 691 Kcal 25,5Gr 2,0 AGS 37,7 Prot 73,7 HC  
Amanida russa **3-4**  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**15** 683 Kcal 17,2 Gr 4,1 AGS 32,7 Prot 97,5 HC  
Arròs amb tomàquet  
Pernillets de pollastre a l'allet  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**18** 852 Kcal 16,4 Gr 3,7 AGS 32,6 Prot 124,2 HC  
Espirals amb tomàquet **1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç amb patates i ceba cruixent **1-4**  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**19** 675 Kcal 20,2 Gr 1,5 AGS 39,0 Prot 80,5 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro  
Pollastre arrebossat **1-2-3-8T-11T-12T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**20** 713 Kcal 17,7 Gr 3,7 AGS 28,5 Prot 108,0 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**21** 721 Kcal 21,9Gr 2,6 AGS 28,0 Prot 100,2 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet  
Llom al forn amb salsa  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**22** 604 Kcal 16,3 Gr 4,4 AGS 43,6 Prot 57,7 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn **4**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **2**

**25** 610 Kcal 12,0 Gr 1,6 AGS 25,0 Prot 94,0 HC  
Llenties estofades amb verdures  
Truita de patates **3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**26** 574 Kcal 13,2 Gr 1,1 AGS 35,5 Prot 75,2 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**27** 651 Kcal 24,3 Gr 3,8 AGS 24,6 Prot 79,5 HC  
Crema de pastanaga  
Broqueta de pollastre amb patates **1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**28** 770 Kcal 28,0Gr 1,5 AGS 32,4 Prot 94,5 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **8**  
Rodó de vedella al forn amb xampinyons  
Enciam i olives negres(opcional)  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita de temporada

**29** 851 Kcal 20,3 Gr 6,5 AGS 42,7 Prot 122,0 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet **1-8T-11T**  
Pollastre al curri amb daus de poma **1T-7T-9T-10T-11T-12T-13T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **2**

Alergies (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacaueu 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.  
EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.  
PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > o = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.



CATERING VOSTRA CUINA  
Reg. San.: 26.03850-B  
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès  
Tel. 937212000 www.vostracuina.com